

4月



	令和07年03月31日(月)	令和07年04月01日(火)	令和07年04月02日(水)	令和07年04月03日(木)	令和07年04月04日(金)	令和07年04月05日(土)	令和07年04月06日(日)
朝	御飯 ふりかけ(さけ) 豆腐のそぼろあん キャベツのなめたけ和え みそ汁(わかめ・玉葱) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ハムとしろなのソテー 人参サラダ 牛乳	御飯 たいみそ 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の和え物 みそ汁(わかめ・キャベツ) 牛乳	レーズンロール マーマレードジャム ミートボール(柚子おろし) 玉ねぎの和え物 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 ほうれん草の和え物 みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) いちごジャム 洋風卵炒め キャベツサラダ 牛乳	バターロール スプレッド(チョコレート) クリーム煮 ブロッコリーサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	きつねそば 揚げ) 汁) ポテトサラダ フルーツ(バナナ)	三色丼 じゃが芋のバターソテー もやしのナムル ゼリー	御飯 鶏肉のトマトソース トマトソース) 付)ジャガイモ 白菜サラダ 豚肉と大根の煮物 ふりかけ(かつお) コンポート(みかん)	御飯 マンチカツとカニクリームコロッケ ソース) 付)キャベツ かぶの水晶煮 いんげんのサラダ ふりかけ(しそ) フルーチェ(パイ)	オムライス いかリングフライ キャベツとツナのマヨネーズ和え フルーツ(オレンジ)	御飯 鶏肉のオニオンソースがけ オニオンソース) 付)いんげん じゃがいもの洋風煮 白菜のポン酢和え ふりかけ(さけ) コンポート(りんご)	御飯 さばの照り焼き 付)チンゲン菜 豆腐のかにあんかけ 大根のサラダ ゆずみそ コンポート(黄桃)
15時食	【間食】ドーナツ 【間食】玄米茶	【間食】どらやき(ずんだ) 【間食】緑茶	【間食】小豆ムース 【間食】紅茶	【間食】黒糖饅頭 【間食】玄米茶	【間食】ドームケーキ(カスタード) 【間食】玄米茶	【間食】スイスロール(モカ) 【間食】緑茶	【間食】プリン 【間食】玄米茶
夕	御飯 タンドリーチキン 付)玉葱 卵と野菜のソテー 白菜とツナの和え物 コンポート(マンゴー)	御飯 赤魚のチーズ焼き 付)ピーマン 豚肉となすの炒め物 漬物(胡瓜) みそ汁(豆腐・貝割れ)	御飯 和風ハンバーグ おろしソース) 付)人参 焼ビーフン うぐいす豆 みそ汁(小松菜・白ネギ)	御飯 白身魚のバター醤油焼き 付)ブロッコリー 厚揚げと畑菜の炒め かつおおかか 中華スープ(卵・葱)	御飯 たら香焼味焼き 付)玉ねぎ がんもの煮物 昆布豆 みそ汁(豆腐・ねぎ)	御飯 豚肉の生姜炒め さつま揚げの煮物 漬物(桜大根) コンソメスープ(豆苗・しめじ)	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 付)玉ねぎと人参 里芋の煮物 漬物(しその実漬け) コンソメスープ(卵・絹さや)
エネルギー	1749 kcal	1705 kcal	1691 kcal	1749 kcal	1684 kcal	1623 kcal	1676 kcal
水分	1477.9 g	1239.1 g	1283.7 g	1239.2 g	1186.4 g	1289.7 g	1292.3 g
蛋白質	64.5 g	66.6 g	62.8 g	62.5 g	65.9 g	65.9 g	64.7 g
脂質	52.0 g	57.0 g	41.0 g	51.4 g	36.8 g	46.7 g	53.8 g
食塩相当	7.8 g	6.5 g	7.0 g	7.7 g	7.3 g	7.2 g	7.1 g





	令和07年04月07日(月)	令和07年04月08日(火)	令和07年04月09日(水)	令和07年04月10日(木)	令和07年04月11日(金)	令和07年04月12日(土)	令和07年04月13日(日)
朝	御飯 ふりかけ(かつお) つみれの吉野煮 白菜のサラダ みそ汁(玉葱・貝割れ) 牛乳	食パン(6枚×1) いちごジャム ウィンナーと野菜ソテー インゲンのサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(さけ) 豆腐のそぼろあん 青梗菜和え物 みそ汁(わかめ・白ネギ) 牛乳	黒糖食パン マーマレードジャム 肉団子のトマト煮 玉ねぎサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 かひらわのサラダ みそ汁(人参・白菜) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ツナソテー 大根の和え物 牛乳	中華粥 黒酢の肉団子 付)野菜炒め 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 麻婆豆腐 青菜の炒め物 キャベツの和え物 ふりかけ(しそ) コンポート(マンゴー)	☆イベントランチ カルボナーラ 花野菜サラダ コンソメスープ(ポテト・大根菜) コーヒーゼリー	御飯 かつとじ れんこん炒め もやしの辛子和え ふりかけ(たらこ) コンポート(りんご)	御飯 肉じゃが かにかまの磯辺揚げ 酢味噌和え ふりかけ(かつお) オレンジ	御飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース) 付)もやし 大根の煮物 しろなのわさび和え ふりかけ(たまご) コンポート(黄桃)	御飯 白身魚のポテト焼き 付)グラッセ風人参 なすのみそ炒め いんげんのサラダ ふりかけ(しそ) バナナ	ココイチ特製カレー トッピング)コロッケ 福神漬け コンソメスープ(豆腐・大根菜)
15時食	【間食】マドレーヌ 【間食】紅茶	【間食】おはぎ(こしあん) 【間食】緑茶	【間食】肉まん 【間食】緑茶	【間食】どら焼き(ずんだ) 【間食】玄米茶	【間食】クリームパン 【間食】紅茶	【間食】カステラ 【間食】紅茶	【間食】抹茶プリン 【間食】紅茶
夕	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 付)ピーマン ジャーマンポテト うぐいす豆 みそ汁(畑菜・葱)	御飯 ポークチャップ ほうれん草のバターソテー 大根の浅漬け みそ汁(白菜・大根菜)	御飯 鯖の煮付け 付)長ネギ ベーコンとキャベツの炒めもの 漬物(しその実) みそ汁(豆苗・かぶ)	御飯 白身魚の南蛮漬け スナックエンドウと野菜のソテー 白花豆 中華スープ(たまご・葱)	御飯 たらのみりん焼き 付)小松菜 春雨の炒め物 かつおおかか みそ汁(キャベツ・厚揚げ)	御飯 鶏肉の山椒焼き 付)玉ねぎ 五目煮豆 あみえび 豚汁	うなぎごはん 高野豆腐のそぼろ煮 白菜の和え物 コンポート(みかん)
	エネルギー 1692 kcal 水分 1327.0 g 蛋白質 64.0 g 脂質 45.6 g 食塩相当 6.8 g	エネルギー 1681 kcal 水分 1466.2 g 蛋白質 65.4 g 脂質 58.4 g 食塩相当 7.6 g	エネルギー 1719 kcal 水分 1352.1 g 蛋白質 64.2 g 脂質 46.0 g 食塩相当 7.4 g	エネルギー 1745 kcal 水分 1233.8 g 蛋白質 64.6 g 脂質 47.9 g 食塩相当 7.2 g	エネルギー 1726 kcal 水分 1264.8 g 蛋白質 65.1 g 脂質 42.8 g 食塩相当 7.7 g	エネルギー 1664 kcal 水分 1251.7 g 蛋白質 67.4 g 脂質 43.2 g 食塩相当 6.6 g	エネルギー 1756 kcal 水分 1066.2 g 蛋白質 56.9 g 脂質 54.2 g 食塩相当 7.3 g





令和07年04月14日(月)			令和07年04月15日(火)			令和07年04月16日(水)			令和07年04月17日(木)			令和07年04月18日(金)			令和07年04月19日(土)			令和07年04月20日(日)		
朝	御飯 ふりかけ(かつお) 炒り豆腐 うまい菜のお浸し みそ汁(椎茸・大根の葉) 牛乳		食パン(6枚×1) マーマレードジャム ツナソテー カリフラワーのサラダ 牛乳		御飯 ふりかけ(さけ) 高野豆腐の煮物 白菜の和え物 みそ汁(わかめ・大根葉) 牛乳		コーヒーロール いちごジャム オムレツ 人参サラダ 牛乳		御飯 のり佃煮 〇納豆 ほうれん草のお浸し みそ汁(大根・人参) 牛乳		食パン(6枚×1) ブルーベリージャム 豆腐野菜ハンバーグ キャベツサラダ 牛乳		バターロール スプレッド(ピーナツ) ミートボール もやしのサラダ 牛乳							
	紅茶		コーヒー		ぶどうジュース		紅茶		りんごジュース		コーヒー		ぶどうジュース							
	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め じゃがいもの煮物 インゲンのからしマヨ和え たいみそ オレンジ		御飯 ポークカツ ソース) 付)キャベツ 里芋のそぼろあん 大根サラダ ふりかけ(しそ) ゼリー(青りんご)		焼きそば 青菜の和え物 コンポート(マンゴー)		御飯 たらのごまだれがらめ 付)ブロッコリー 切干大根の炒め煮 マカロニサラダ ふりかけ(たらこ) コンポート(りんご)		ポークハヤシライス いんげんのサラダ コンポート(カクテル)		中華丼 ほうれん草の和え物 バナナ		御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付)玉葱・ピーマン かぼちゃの煮物 ブロッコリーのサラダ ふりかけ(たまご) コンポート(みかん)							
	【間食】クリームパン 【間食】玄米茶		【間食】蒸しケーキ 【間食】紅茶		【間食】人形焼き 【間食】玄米茶		【間食】ドームケーキ(カスタード) 【間食】玄米茶		【間食】どらやき(ずんだ) 【間食】紅茶		【間食】おやつレク 【間食】ピーチティー		【間食】プリン 【間食】玄米茶							
	御飯 五目卵焼き ごぼうの炒り煮 白菜の浅漬け みそ汁(大根・貝割れ)		御飯 鶏肉のきのこソース きのこソース) ハムと野菜炒め 漬物(きゅうり) コンソメスープ(卵・白ネギ)		御飯 赤魚の野菜蒸し タルタル添え いかリングフライ かぶのサラダ 漬物(しその実)		御飯 鶏肉の竜田揚げ 付)キャベツ がんもの煮物 白花豆 中華スープ(ワカメ・ねぎ)		御飯 たらチーズ焼き 付)人参甘煮 大根の甘酢和え かつおおかか みそ汁(豆苗・しめじ)		御飯 鯖の照り焼き 付)玉ねぎ・絹さや なすの炒め物 昆布豆 みそ汁(豆腐・大根葉)		御飯 白身魚のバター醤油焼き 付)いんげん 竹輪の炒り煮 あみえび 豚汁							
	エネルギー	1680	kcal	エネルギー	1704	kcal	エネルギー	1732	kcal	エネルギー	1766	kcal	エネルギー	1666	kcal	エネルギー	1706	kcal	エネルギー	1625
水分	1412.8	g	水分	1276.9	g	水分	1187.9	g	水分	1123.5	g	水分	1252.9	g	水分	1317.5	g	水分	1216.5	g
蛋白質	63.0	g	蛋白質	60.8	g	蛋白質	67.0	g	蛋白質	64.7	g	蛋白質	62.6	g	蛋白質	65.9	g	蛋白質	65.9	g
脂質	44.4	g	脂質	54.1	g	脂質	51.5	g	脂質	54.3	g	脂質	37.9	g	脂質	55.2	g	脂質	43.0	g
食塩相当	7.0	g	食塩相当	7.4	g	食塩相当	7.4	g	食塩相当	7.3	g	食塩相当	6.5	g	食塩相当	7.7	g	食塩相当	7.5	g





	令和07年04月21日(月)	令和07年04月22日(火)	令和07年04月23日(水)	令和07年04月24日(木)	令和07年04月25日(金)	令和07年04月26日(土)	令和07年04月27日(日)
朝	御飯 たいみそ つみれの煮物 ブロッコリーのおかか和え みそ汁(玉葱・貝割れ) 牛乳	食パン(6枚×1) ママレードジャム チキンボールのホトフ キャベツのサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(たらこ) 厚揚げの煮物 ほうれん草くるみみそ汁(わかめ・ねぎ) 牛乳	マーブル食パン イチゴジャム ベーコンとチンゲン菜のソテー カリフラワーサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 白菜のお浸し みそ汁(椎茸・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ミートボール ほうれん草の和え物 牛乳	バターロール スプレッド(ピーナッツ) オムレツ 玉ねぎサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 白身魚フライと帆立フライ 付)キャベツ 五目煮豆 畑菜お浸し ふりかけ(しそ) コンポート(カクテル)	御飯 あさりのたまごとし 小松菜の煮浸し 大根のマヨネーズ和え ふりかけ(さけ) コンポート(黄桃)	御飯 酢鶏 かぶの生姜煮 春雨サラダ ふりかけ(たまご) フルーツ(オレンジ)	御飯 ポークカレー コールスローサラダ フルーツ(バナナ)	★たけのこ御飯 メバルの煮付け 付)ごぼう スナッpentウのバターソテー わかめときゅうりの酢の物 鶏と根菜の汁 いちごババロア	御飯 鶏肉のソテー オニオンソース 付)甘煮人参 牛肉コロッケ ブロッコリーマヨ和え ふりかけ(かつお) コンポート(マンゴー)	御飯 豚肉のしぐれ煮 じゃが芋のバター炒め もやしのナムル もろみみそ コンポート(みかん)
15時食	【間食】今川焼(カスタード) 【間食】玄米茶	【間食】マドレーヌ 【間食】紅茶	【間食】あんぱん 【間食】玄米茶	【間食】きなこプリン 【間食】緑茶	【間食】黒糖饅頭 【間食】紅茶	【間食】ドームケーキ(カスタード) 【間食】玄米茶	【間食】抹茶プリン 【間食】緑茶
夕	御飯 鶏肉の照り焼き 付)玉葱・スナッpentウ もやしのソテー 苺ゼリー かきたま汁(卵・ねぎ)	御飯 煮込みハンバーグ 付)甘煮人参 いんげんのバターソテー 漬物(しその実) コーンポタージュ	御飯 たらのマスタード焼き 付)玉ねぎ・ピーマン 青菜と竹輪の炒めもの あみえび お吸い物(豆腐・豆苗)	御飯 豆腐ステーキ きのこソース) イカと野菜の中華炒め かつおおかか みそ汁(かぶ・大根の葉)	御飯 鶏肉のから揚げ 付)キャベツ たけのこの煮物 もやしのドレッシング和え うぐいす豆	御飯 白身魚の南蛮漬け ベーコンと大根の炒め物 漬物(胡瓜) みそ汁(うずまき麩・長葱)	御飯 さばの味噌煮 付)小松菜 揚げ出し豆腐 漬物(沢庵) お吸い物(白菜・しめじ)
	エネルギー 1738 kcal 水分 1340.5 g 蛋白質 66.5 g 脂質 43.3 g 食塩相当 7.3 g	エネルギー 1695 kcal 水分 1348.8 g 蛋白質 62.1 g 脂質 50.0 g 食塩相当 7.7 g	エネルギー 1696 kcal 水分 1299.5 g 蛋白質 62.0 g 脂質 40.1 g 食塩相当 7.3 g	エネルギー 1747 kcal 水分 1377.4 g 蛋白質 60.9 g 脂質 56.3 g 食塩相当 7.3 g	エネルギー 1785 kcal 水分 1386.5 g 蛋白質 69.2 g 脂質 39.4 g 食塩相当 8.2 g	エネルギー 1665 kcal 水分 1191.4 g 蛋白質 63.4 g 脂質 49.6 g 食塩相当 7.0 g	エネルギー 1734 kcal 水分 1300.0 g 蛋白質 61.4 g 脂質 59.1 g 食塩相当 7.3 g



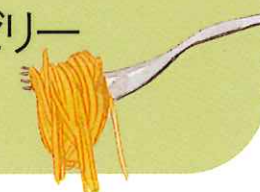
4月

入所のお食事のご紹介



【パスタランチ】

カルボナーラ
花野菜サラダ
コンソメスープ
コーヒーゼリー



【季節の定食】

筍ごはん
メバルの煮付け
スナッフエンドウのソテー
しらす入り酢の物
鶏と根菜の汁
イチゴババロア



◆おやつレク◆

☆桃ゼリーと
あかつき桃のフルーチェ
☆アールグレイピーチティー

